

# Bruskskader i hofteleddet

## VANLIG SKADEMEKANISME: Gjentatte store belastninger i hofteleddet.

Forandringer eller skader på brusken i hofteleddet gjør at bruskbiter skal komme i klem i forbindelse med bøyning og rotasjon i hoften. Slike skader er i nyere tid funnet være en vanlig årsak til hoftesmerter.

På fagspråket betegnes dette som impingement i hoften. Det betyr at noe kommer i klem inne i hofteleddet.



## KJENNETEGN

Tegn på bruskskade i hofteleddet er episoder med plutselig innsettende smerter i leddet som over tid kan utvikle seg til kroniske smerter, nedsatt bevegelse og tidlig utvikling av hoftelddsartrose.

Pasienter med bruskskader i hoften klager over smerter fortil og til siden i hoften ofte i form av plutselige, stikkende smerter ved bevegelser, eventuelt ledsaget av et klikk.



## BEHANDLING

Ved undersøkelsen kan en test av hoftens rotasjonsevne utløse de smertene pasienten kjenner til vanlig.

Røntgenbilder kan i mange tilfeller klarlegge tilstanden, men MR-undersøkelse med innsprøyting av kontrastvæske i hofteleddet utføres ved usikkerhet om diagnosen.

I noen tilfeller kan det være aktuelt å prøve fysioterapi i starten. Medikamentell behandling kan kun lindre plagene. Ved manglende effekt av slike tiltak er kirurgi aktuelt.

Tilstanden utvikler seg vanligvis gradvis og skadene på leddbrusken kan tilta, noe som kan begrense pasientens evne til å trene og forårsaker smerter ved daglige aktiviteter.

Prognosen etter operasjon er god. Dersom det er oppstått slitasjeforandringer i leddet så reduserer det sannsynligheten for et godt resultat.

Etter operasjon vil en idrettsutøver vanligvis kunne være tilbake i full aktivitet etter 4-6 uker. Kikkhullsoperasjon er vellykket hos de aller fleste.